بسم الله الرحمن الرحيم

السنة أولى متوسط (م1)	رقم المذكرة: 14	الأستاذ عوشت عمر

المجال المفاهيمي: التحصل على الطاقة عند الكائنات الحية

الوحدة المفاهيمية: القواعد الصحية للتنفس

الحصة التعلمية: القواعد الصحية للتنفس

الكفاءة القاعدية: يستخلص القواعد الصحية للتنفس.

مؤشر الكفاءة: أن يحصي القواعد الصحية للتنفس من خلال دراسة صور ومعطيات في جدول.

الوسائل: الصفحتان 64 - 65 من كتاب التلميذ – صور لرئة سليمة وأخرى مصابة.

المنهجية

* وضعية الانطلاق: ما دور الجهاز التنفسي؟ - يسمح بتوفير الأكسجين للجسم لإنتاج الطاقة.

* الوضعية الإشكالية: تساؤل: ماذا لو تعطل الجهاز التنفسي على القيام بوظيفته؟

- الفرضية: ينقص الأكسجين في الجسم فيقل نشاطه. (أجوبة مقترحة من طرف التلاميذ)

* مسعى حل الإشكالية

مخطط العمل

* لاحظ الصور التي أمامك وأجب عن الأسئلة التالية:

1- كيف هي حالة رئة شخص مدمن على التدخين؟

2- على ماذا تؤثر حالة الرئة المصابة؟

3- ماذا ينقص في الجسم إذن وماذا ينتج عن ذلك؟

4- ادرس معطيات الجدول صفحة 65 من الكتاب واقترح سلوكيات إيجابية تضمن صحة الجهاز التنفسي وبذلك صحة الجسم.

أمراض ومشاكل صحية	سلوكيات سيئة
سرطان الجهاز التنفسي	التدخين
أمراض الحساسية كحساسية الأنف والربو	التدخين وتلوث المحيط
الرائحة الكريهة للفم واصفرار الأسنان	التدخين
الاختناقات	- عدم تجديد هواء البيت مكان العمل وهواء القسم - وضع الموقد داخل غرفة النوم

المناقشة:

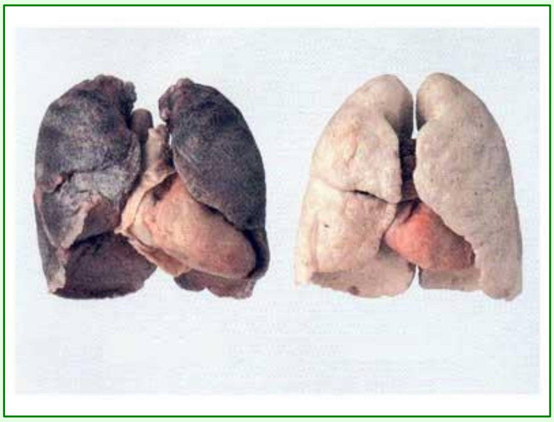
1- تكون الرئة متورمة وتحمل بقعا سوداء.

2- تؤثر على المبادلات الغازية التنفسية.

3- ينقص الأكسجين في الجسم فيقل إنتاج الطاقة ويقل النشاط.

4- السلوكيات الإيجابية التي يجب إتباعها لضمان صحة الجهاز التنفسي هي:

- تجنب التدخين والمخدرات الأخرى.
- تجنب الأماكن الملوثة.
- تجديد الهواء في مكان العمل، الأقسام وغرف النوم.
- ممارسة الرياضة لضمان بنية قوية.



الخلاصة: - تتسبب السلوكيات السيئة وفي مقدمتها التدخين وتناول المخدرات في أمراض ومشاكل صحية تصيب الجهاز التنفسي وبذلك عملية التنفس وصحة الجسم.

- لضمان صحة الجهاز التنفسي والجسم، يجب الابتعاد على كل الملوثات الموجودة في الوسط.



الجمعية القطرية لمكافحة السرطان
التدخين
خطر مميت
Abu Nawaf Group
عند استنشاق دخان التبغ في أماكن مغلقة أو مغطاة سواء أكانت عامة أو خاصة، كأماكن العمل ومحلات القاعات الاجتماعية أو القاعات العامة أو القاعات الأخرى، فإن غير المدخنين مجبرون، ضد إرادتهم على استنشاق (٤٠٠٠) مادة كيميائية من ضمنها السموم التالية
سيانيد الهيدروجين
(سم يستعمل في غرف الإعدام بالغاز)
توليدين
أسيتون
(مزيل الصبغ)
أمونيا
(منظف أرضيات)
نافثايل أمين
بوريثين
ميثانول
(وقود صواريخ)
تولوين
(مذيب صناعي)
بايرين
الزرنيخ
(سم النمل الأبيض)
دايميثايل نتروسامين
دايبنزاكريدين
نافثالين
(قاتل العث)
فينول
(مطهر أرضيات وأدوات)
نيكوتين
(مبيد حشرات، مبيد أعشاب، عقار مخدر)
بيوتين
(غاز الولاعات)
كادميوم
(يستعمل في بطاريات السيارات)
بولونيوم (٢١٠)
أول أوكسيد الكاربون
(غاز سام في عوادم السيارات)
د.د.ت.
(مبيد حشري)
بينزبايرين
كلوريد الفينايل
(صناعة اللدائن)
مادة تسبب السرطان
مخرشة
محترقة
سامة
مسرطنة
A.N.Arid



www.aoucht.e-monsite.com

www.everyoneweb.fr/aouchette